

# 被通知“確診”該怎麼做？

先冷靜、暫停所有實體課程/工作並立即返回住所(不可搭乘大眾交通工具) 等待衛生單位通知

- 務必及時告知諮康中心 (04-26328001分機11232) 或校安中心 (24小時專線0921382470)，同步讓導師或所屬主管知悉
- 通知過去2天內和自己有密切接觸者\*，請他們先行暫停所有實體課程/工作，進行自我隔離，請勿入校

配合諮康中心調查在校上課/授課紀錄/上班及其他校園內活動足跡，請務必誠實告知

- 等待衛生單位進行疫調，填寫確診者自主回報疫調系統
- 配合衛生單位進行隔離安置10天 (居家照護、加強版集檢所或就醫) 及自主健康管理7天
- 居家照護期間若出現以下症狀請立即連繫119或衛生單位，也可由同住親友接送或自行前往 (步行、自駕)
  - 喘、呼吸困難、持續胸痛、胸悶、意識不清、皮膚或嘴唇或指甲床發青等狀況

\*密切接觸者 [四同] 定義：

1. 包括同住親友、同班同學、同辦公室、同工作場域 4類對象，為密切接觸者，由衛生局開立電子居隔單。
2. 同班同學、同辦公室、同工作場域，以最小(範圍)匡列為原則，可用9宮格的方式為一個基本匡列。

# 收到學校“啟動線上學習” 通知信件時，該怎麼做？

對象

- 上課/授課班級有人確診
- 確診者之接觸者

立即暫停所有實體課程三天，**請勿入校!**  
期間進行自我健康監測 (避免出入人潮眾多之場所)

學生

請盡速至e校園服務網學生請假系統申請  
**防疫假 B(三天)** 並與授課教師討論線上學習事宜

老師

請暫停所有實體課程，調整為線上課程，  
並通知授課學生進行線上課程

等候校方或衛生單位進行疫調

密切接觸者會接獲通知，進行PCR檢測

一般接觸者不會接獲通知

陽性

陰性

可自主進行快篩\*

陰性

陽性

**被通知“確診”  
該怎麼辦?**

居家隔離三天+  
自主防疫四天

PCR檢測

陰性

陽性

恢復實體課程

\*社區快篩站：光田醫院、童綜合醫院、澄清醫院、中山醫院、林新醫院、台中慈濟醫院、大里仁愛、衛福部豐原醫院、亞洲醫院等。篩檢資格：與確診者有接觸史或同時間足跡重疊之本市居民/就業/就學者，攜帶身分證及健保卡即可進行快篩。

靜宜大學 學務處諮商暨健康中心 關心您

# 收到“居家隔離通知(3+4)”時，該怎麼做？

## 對象

- 和確診者有密切接觸者
- 與居家照護輕症確診者同住者

- 一旦收到居家隔離通知，**請勿入校**！若非校方通知居家隔離者，請務必告知諮康中心(04-26328001分機11232)其居家隔離時程。
- 期間進行自我隔離**[居家隔離三天+自主防疫四天]**。

## 學生

請盡速至e校園服務網學生請假系統申請  
**防疫假(七天)**並與授課教師討論線上學習事宜

## 教職員

- 教師:和授課學生協調居家隔離期間之授課方式。
- 職員:和單位主管協調居家隔離期間之上班方式。

配合校方或衛生單位進行疫調，請務必如實以告

## 居家隔離三天

- 必須待在家中以一人一室為原則，**不得外出**。
- 完成接觸者匡列後安排快篩一次。

+

## 自主防疫四天

- 每日進行快篩，快篩陰性可外出採買**[務必不可入校]**，但必需全程配戴口罩。
- 禁止餐廳內用餐、聚餐、聚會、前往人潮擁擠場所及與不特定對象接觸之活動。

## 快篩結果

陽性

陰性

PCR 檢測

期滿，恢復實體課程

陽性

陰性

**被通知“確診”  
該怎麼辦？**

# 被告知要 “自主健康管理” 該怎麼做？

對象

收到衛生單位發出  
自主健康管理  
通知單者

- 居家檢疫/隔離期滿者 (7天)
- 加強自主健康管理期滿者 (7天)
- 通報個案經檢驗陰性者 (10天)
- 經地方衛生主管認定有必要且開立自主健康管理通知書者 (10天)

一旦收到自主健康管理之通知，請**務必不要**進入校園中

學生

- 主動告知諮康中心、導師、授課教師說明自主健康管理時程
- 盡速至e校園服務網請假系統申請**防疫假A** (授課教師接到防疫假申請，請同步啟動線上課程)

教職員

- 主動告知諮康中心、單位主管說明自主健康管理時程
- 教師請和授課學生協調自主健康管理期間之授課方式
- 職員請和單位主管協調自主健康管理期間之上班方式

## 無症狀者

- 可正常生活，但應避免出入無法保持社交距離、或容易近距離接觸不特定人士、或無法落實佩戴口罩之公共場所。
- 禁止與他人從事聚餐、聚會、公眾集會等近距離或群聚型活動。
- 早晚各量測體溫一次。

期滿後，恢復正常上班、上課

## 有身體不適者

- 尤其包含發燒、咳嗽、腹瀉、嗅味覺異常或呼吸道症狀者，請主動與當地衛生局聯繫或撥打1922，依指示就醫。
- 禁止搭乘大眾運輸工具，禁止外出。
- 就醫安排採檢返家後，於接獲檢驗結果前，留在住居所不可外出。

採檢陰性

採檢陽性

**被通知“確診”該怎麼辦？**

# “自我健康監測” 怎麼做最好？

對象

未收到衛生單位開單匡列，  
但有可能收到簡訊  
或符合右項狀況者

- 曾經接觸被列管居家隔離者
- 曾經與確診者在公共場所的活動史有交集者(足跡重疊者)

足跡重疊，不必過度恐慌；沒收到細胞簡訊，也別掉以輕心，  
請自行做好自我健康監測**至少10天**

請你遵守以下注意事項：

- 應避免出入人潮眾多，無法保持社交距離或容易近距離接觸不特定人士等特性之公共場所。
- 避免參加大型活動、外出用餐、聚餐及聚會，若必需外出時，應全程佩戴醫用口罩。
- 維持手部清潔，保持經常洗手習慣，手部接觸到呼吸道分泌物時，請用肥皂及清水搓手及澈底洗淨。
- 應注意儘量不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴。

沒有出現任何症狀者

- 可正常生活或上班、上學[不用請假]。
- 可搭乘大眾運輸工具外出，但務必落實全程佩戴口罩。

若有身體不適者

- 尤其是發生發燒( $\geq 38^{\circ}\text{C}$ )、嗅味覺異常、腹瀉、或有呼吸道症狀者，請立即佩戴口罩，**至醫療院所就醫**。
- 避免搭乘大眾運輸工具前往。
- 就醫主動告知醫師為自我健康監測對象。

遵守醫生診斷建議

COVID相關，進行採檢

非COVID相關

陰性

陽性

期滿後，恢復正常

**被通知“確診”該怎麼辦？**